



全国高等院校规划教材·公共课
普通高等教育“十二五”规划教材

实用社交礼貌礼仪教程

SHIYONG SHEJIAO LIMAO LIYI JIAOCHENG

(第二版)

刘金同 刘晓晨 田桂芹 主 编



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS



普通高等教育“十二五”规划教材
全国高等院校规划教材·公共课

实用社交礼貌礼仪教程

(第二版)

主 编	刘金同	刘晓晨	田桂芹
副主编	伦凤兰	李凌云	李素霞

编 委	朱吉美	吴莲香	赵守君
	王晓玲	魏 巍	刘 卉
	刘学斌	单 宁	陈永顺
	尹国玉	薛 静	崔晓红
	张艳梅	赵 璐	侯永光



北京大学出版社
PEKING UNIVERSITY PRESS

内 容 简 介

本书根据社交礼仪教学的要求和当今社会的实际需要编写,阐述了现代社交礼仪的基本准则和要求,涵盖了社交礼仪概述、个人礼仪(仪表、着装、仪态)、交际礼仪、餐饮礼仪、仪式礼仪、出行礼仪、宗教礼仪、网络礼仪和我国主要的传统礼俗(婚俗、诞辰礼仪、传统节日及主要的少数民族礼俗)等,内容完整充实,结构科学系统,集科学性、系统性、实用性和趣味性于一体。本书既适用于大中专院校社交礼仪教学,也适合社会各界人士学习礼仪之用。

图书在版编目(CIP)数据

实用社交礼貌礼仪教程/刘金同,刘晓晨,田桂芹主编. —2版. —北京:北京大学出版社, 2013. 1

(全国高等院校规划教材·公共课)

ISBN 978-7-301-21467-1

I. ①实… II. ①刘…②刘…③田… III. IV. ①心理交往—礼仪—高等学校—教材 IV. ①C912.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 252747 号

书 名: 实用社交礼貌礼仪教程(第二版)

著作责任者: 刘金同 刘晓晨 田桂芹 主编

策 划 编 辑: 李 玥

责 任 编 辑: 李 玥

标 准 书 号: ISBN 978-7-301-21467-1/G · 3519

出 版 发 行: 北京大学出版社

地 址: 北京市海淀区成府路 205 号 100871

电 话: 邮购部 62752015 发行部 62750672 编辑部 62765126 出版部 62754962

网 址: <http://www.pup.cn> 新浪官方微博: @北京大学出版社

电 子 信 箱: zyjy@pup.cn

印 刷 者: 北京宏伟双华印刷有限公司

经 销 者: 新华书店

787 毫米×1092 毫米 16 开本 15 印张 362 千字

2007 年 2 月第 1 版

2013 年 1 月第 2 版 2013 年 1 月第 1 次印刷 总第 7 次印刷

定 价: 29.00 元

未经许可,不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有,侵权必究

举报电话: 010-62752024 电子信箱: fd@pup.pku.edu.cn

第二版前言

中国素以“礼仪之邦”著称于世，讲“礼”重“仪”是中华民族世代相传的优良传统。源远流长的礼仪文化是前人留给我们的一笔丰厚的财富。随着经济和社会的发展，人际交往已经是社会人生活中必不可少的部分。我国加入 WTO 后，礼仪、礼节、礼貌成为我国人民走向世界，与世界交往的名片，也是国家吸引投资，体现国家形象的重要组成部分。在现代社会，明礼知仪也是人们树立自身形象，赢得他人尊重的前提。作为当代大学生，理应了解和掌握我国优良的礼仪文化传统，适应交往的需要，成为懂文明知礼仪的合格大学生。

孔子说：“不学礼，无以立。”大学是距离社会最近的阶段，大学的学习直接为进入社会做准备。礼仪的学习是人们一生要研习的必修课。“少年知礼则国家壮大。”大学生是祖国的未来，民族的希望，肩负着中华腾飞的重任，大学生的健康成长关系到国家的前途和命运。我们身居礼仪之邦，应为礼仪之民。知书达礼，待人以礼，应当是当代大学生的一个基本素养。为了更加符合社会生活的实际，与时俱进，我们在《实用社交礼貌礼仪教程》第一版的基础上，修订编写了《实用社交礼貌礼仪教程》第二版，以适应社会的迅猛发展。

较之第一版，第二版着重阐述社交礼仪知识，介绍社交礼仪的规范和礼仪文化的优良传统，介绍一些礼仪的训练方法，丰富礼仪的案例，使其兼具知识性、趣味性与实用性，重视理论联系实际，遵循当代大学生的特点，实例丰富。主要体现在以下几个方面。

第一，本书各章体系更加完善的，使教材更加适合教师教学和学生学学习。

每章开头部分增加了知识学习目标，以利于教师备课和学生学学习；每章结尾部分添加了思考与练习，补充大量案例，便于学生学学习巩固。

第二，在保留第一版精华的基础上，对各章节内容进行了补充和完善。

将原来的第二章仪容改为仪表，并突出了第三章仪表中的着装内容；删除了第七章交际礼仪（三）中商务谈判的一些补充内容，强调了商务谈判的注意事项；增加了第八章中餐宴请的程序和禁忌，删除了西餐做一个美食家的内容；第九章迎送礼仪分成了拜访和接待，并对剪彩和开业庆典也做了修改；第十章中增加了电梯礼仪的内容；增加了第十二章网络礼仪的内容；对第十三章婚俗也进行了恰当的修改。

本书既可作为大中专院校开设礼仪课程的教材使用，也可作为社会各界人士掌握礼仪规范的有益读物。

本书由潍坊科技学院刘金同、中泰宝石学院刘晓晨、山东经贸职业学院田桂芹任主编，负责体例设计和统稿；潍坊科技学院伦凤兰、李凌云、李素霞任副主编。由刘金同、伦凤兰（第一章、第十三章），李凌云、刘晓晨（第二、第三章），李凌云、刘卉（第四章），朱吉美（第五、第六章），吴莲香（第七章），赵守君（第八章），李素霞、田桂芹（第九章、第十章、第十一章），王晓玲、魏巍（第十二章）编写修订。编委有：北京航空航天大学刘学斌，潍坊科技学院崔晓红、张艳梅，山东经贸职业学院单



宁，日照市技工学校侯永光、山东科技职业学院陈永顺、尹国玉、赵璐，山东省劳动职业技术学院薛静。

再版修订编写过程中，参考了许多中外专家的著作和有关的文献资料，在此表示衷心的感谢！由于编者水平有限，缺点和不妥之处敬请读者批评指正。

编 者

2012 年 9 月

第一版前言

清代思想家颜元说：“国尚礼则昌，家尚礼则大，身尚礼则修身，心有礼则心泰。”

现代社会，在我们的政治、经济和文化交流活动中，在我们的生活、学习和工作中，礼仪处处起着重要的作用，显示出无穷的魅力。礼仪体现一个人的修养、体现一个民族的素质。一个人较高的礼仪修养水平，能使其行为举止留给人们美好的印象。能够娴熟地掌握和得心应手地运用社交礼仪，是一个人成功的重要因素。

礼仪在实施过程中，包含施礼者和受礼者的双向情感交流，充满着人情味，这种人情味最主要体现在施礼者与受礼者之间的互相尊重。我国素有“礼仪之邦”的美称，早在两千多年前，就已经有了比较成熟的“周礼”。人类社会发展到今天，创造了灿烂的文化，形成了系统完备的社交礼仪文化，礼仪的内涵也更加丰富、新潮、多元。

现代人，不能不学社交礼仪。现代人，不可不接受社交礼仪教育。于是，现代社交礼仪教育更加凸显必要。

孔子曰：“不学礼，无以立。”一方面，礼仪道德教育为历代所重视。礼仪讲究的是自我约束、尊重他人。在这个前提下，人们相互理解、相互合作，自觉地认识和处理个人与他人以及社会的关系，表现出良好的社会公德和职业道德，有助于形成良好的社会风气并创造和谐温馨的人际关系和社会环境。另一方面，在倡导全面素质教育的今天，礼仪教育已成为素质教育中非常重要的内容。广大公民特别是大、中专学生通过礼仪教育，可以系统掌握现代社交礼仪，提高自身修养，展示良好形象。

本书由潍坊科技学院刘金同（第一章）、山东科技职业学院陈永顺（第三章）、山东经贸职业学院田桂芹（第九章）任主编，负责体例设计和统稿；由山东经贸职业学院单宁（第十章）、日照市技工学校侯永光（第五章）、山东科技职业学院尹国玉（第四章、第十一章）、山东省劳动职业技术学院薛静（第六章）任副主编；参编人员有：潍坊科技学院崔晓红（第七章）、张艳梅（第十二章）、伦凤兰（第十二章），山东科技职业学院赵璐（第八章），东华大学刘晓晨（第二章）。

本书在编写过程中，参考了许多中外专家的著作和有关的文献资料，在此表示衷心的感谢！由于编者的水平有限，缺点与不妥之处敬请读者批评指正。

编 者

2006 年 11 月

目 录

第一章 社交礼仪概述	1	一、着装的 TOP 原则	44
第一节 礼仪的内涵与起源	1	二、职业女性着装的要求	44
一、礼仪的内涵	1	三、女子着西装时的注意 事项	45
二、礼仪的内容	2	四、女性不恰当的着装	45
三、礼仪的起源	4	第四节 着装佩饰	46
第二节 我国礼仪的历史沿革	5	第四章 个人礼仪——仪态	50
一、古代礼仪的雏形时期	5	第一节 站姿、坐姿、行姿与 蹲姿	50
二、古代礼仪的成熟时期	6	一、站姿	50
三、古代礼仪的变革时期	6	二、坐姿	51
四、封建礼仪的强化时期	8	三、行姿	51
五、封建礼仪的衰落时期	8	四、蹲姿	51
六、现代礼仪发展轨迹	8	五、做几个体态的练习	52
第三节 礼仪的特性、功能与 原则	9	第二节 眼神、微笑与手势	52
一、礼仪的特性	9	一、眼神	52
二、礼仪的功能	10	二、微笑	53
三、现代礼仪的原则	12	三、手势	54
第二章 个人礼仪——仪表	16	第三节 空间方位礼仪	56
第一节 仪表的清洁	16	一、方位观	56
第二节 仪表美的基本要求	17	二、接待工作中的座次安排	56
第三节 妆容礼仪	23	三、大会主席台座次的安排	58
一、美容化妆	23	四、乘车的座次安排	58
二、化妆技巧	25	五、上下楼梯和搭乘电梯的 方位礼仪	59
三、怎样正确使用香水	29	六、出入房间的方位礼仪	59
四、仪表与头发	29	第五章 交际礼仪(一)	65
第三章 个人礼仪——着装	37	第一节 称呼	65
第一节 着装的基本礼仪	37	一、称呼在人际交往中的 意义	65
一、服装色彩的配置	38	二、人际交往中常用的几种 称呼	66
二、不同场合的着装	40	三、称呼的礼仪规范	69
三、日常着装“五忌”	41	第二节 介绍	69
第二节 男式西装的着装礼仪	41		
一、西装的穿着	41		
二、领带的学问	42		
第三节 女装的着装礼仪	44		



一、自我介绍	70	一、待客	98
二、介绍他人	71	二、做客	100
第三节 交谈	72	第三节 商务谈判	103
一、交谈在人际交往中的 作用	73	一、商务谈判的九大技巧	103
二、交谈的礼仪规范	73	二、商务谈判过程的注意 事项	104
三、有效地选择话题	74	第四节 舞会	105
四、交谈中的禁忌	75	第八章 餐饮礼仪	110
第四节 演讲与通话	75	第一节 中餐	110
一、演讲礼仪	75	一、宴会活动的组织	110
二、通话礼仪	76	二、餐桌的安排	110
第六章 交际礼仪(二)	79	三、餐具的使用	112
第一节 握手	79	四、宴请的程序	112
一、握手时伸手的次序	79	五、中餐的禁忌	113
二、握手的方式	80	第二节 西餐	113
三、握手的注意事项	81	一、西餐的文化背景	113
第二节 名片的使用	82	二、用西餐的场合	114
一、名片的种类	82	三、餐桌的布置	116
二、如何使用名片	83	四、西餐餐桌礼仪	118
三、名片的制作	84	第三节 饮品	120
四、交换名片的时机	84	一、茶的礼仪	120
五、名片的递送与交换	85	二、咖啡的礼仪	122
六、名片的放置	86	三、酒的礼仪	122
七、名片的利用	86	第九章 仪式礼仪	127
八、如何让名片受到重视	86	第一节 迎送礼仪	127
九、名片也能体现你的个人 风格	87	一、拜访礼仪	127
第三节 馈赠礼仪	87	二、接待礼仪	128
一、赠送礼品的基本要求	87	第二节 会议礼仪	130
二、礼品的避讳	88	第三节 剪彩仪式	134
三、收礼的礼仪	88	一、剪彩的准备	135
四、各国的赠礼习俗	89	二、剪彩的程序	136
五、在中国送礼的秘诀	90	三、剪彩注意事项	137
第七章 交际礼仪(三)	92	第四节 升旗仪式	137
第一节 宴请	92	一、升国旗仪式	138
一、宴请的形式	92	二、升军旗仪式	138
二、赴宴之前的准备	93	第五节 开业庆典	139
三、宴会中的礼仪	94	一、开业庆典的准备工作	139
四、宴会结束礼仪	97	二、开业庆典的仪式过程	140
第二节 拜访	98	第十章 出行礼仪	145
		第一节 乘车乘船礼仪	145

一、乘坐轿车的要求	145	一、网络礼仪的概念	181
二、乘坐公共汽车的要求	147	二、网络礼仪的组成	182
三、乘坐火车的要求	149	三、网络礼仪的特点	182
四、乘船礼仪	150	第二节 网络礼仪的基本内容	183
第二节 乘机礼仪	152	一、电子邮件礼仪	183
一、先期准备要求	152	二、网络新闻礼仪	185
二、办理登机手续的要求	153	第三节 网络规范	185
三、乘机礼仪规范	154	一、网络规范的特点	185
第三节 住宿礼仪	155	二、网络规范的内容	187
一、宾馆住宿礼仪	155	第十三章 我国主要的礼俗介绍	189
二、保持卫生的要求	156	第一节 婚俗	189
三、内部活动礼仪	157	一、汉族传统婚俗	189
第四节 电梯礼仪	159	二、少数民族婚礼礼仪	192
一、搭乘电梯的一般礼仪	159	第二节 诞辰礼仪	193
二、共乘电梯所要注意的 礼仪	160	一、出生礼	194
第十一章 宗教礼仪	163	二、生日礼	196
第一节 基督教礼仪	163	第三节 传统节日	197
一、基督教概述	164	一、春节	198
二、基督教仪式礼仪	166	二、元宵节	202
三、基督教的禁忌	170	三、春龙节	203
第二节 伊斯兰教礼仪	171	四、清明节	203
一、伊斯兰教概述	172	五、端午节	204
二、伊斯兰教的主要宗教 活动礼仪	173	六、七夕节	205
三、伊斯兰教禁忌	176	七、中秋节	207
第三节 佛教礼仪	176	八、重阳节	208
一、佛教概述	176	九、冬至节	210
二、佛教的主要礼仪和 节日	178	十、腊八节	212
三、与佛教有关的习俗 禁忌	179	第四节 少数民族的礼俗	213
第十二章 网络礼仪	181	一、我国主要少数民族的 习俗与礼仪	213
第一节 网络礼仪概述	181	二、我国少数民族的重要 节日	221
		参考文献	227

第一章 社交礼仪概述



知识学习目标

通过本章的学习，了解礼仪的内涵与起源，学习我国礼仪的历史沿革，掌握礼仪的特性、功能与原则。

自从人类诞生的那天起，便开始了对文明与美的追求。礼仪作为社会文明的产物是随着社会的发展和进步逐渐形成的，它的发展体现着人类不断摆脱愚昧、落后，不断走向进步与文明的历程。在我国的历史上，礼仪始终扮演着十分重要的角色，参与“修身、齐家、治国、平天下”的宏图伟业，与社会的政治、经济以及文化生活有机地融合在一起。今天，礼仪作为日常生活的基本行为准则，不仅是调节人际关系的重要手段，而且是人们高层次的生活追求。尤其是随着对外交往的进一步深入，在一个日益开放的系统中，无论是个人还是组织都需要在广泛的、频繁的社会交往中谋求自身的发展，争取事业的成功，掌握丰富的礼仪知识，并且躬身践行，乃是社会交往成功的关键所在。礼仪虽然体现在生活的细节之中，然而正是细节展示素养，细节塑造形象。作为大学生这一特殊群体应该成为社会文明的使者，优秀传统文化的推崇者，所以了解我国丰富多彩的礼仪，以及简单的国际通用礼仪是必修的一课。

第一节 礼仪的内涵与起源

一、礼仪的内涵

人类区别于动物的一个显著特征，毫无疑问是人类的社会性。人类的活动不但受着自然规律的影响和制约，而且还受着社会规律以及由社会规律决定的各种社会规范的影响和制约。在这些社会规范中，除了道德规范和法律规范以外，还有一个很重要的方面，这就是礼仪规范。礼仪，作为在人类历史发展中逐渐形成并积淀下来的一种文化，始终以某种精神的约束力支配着个体的行为，从一个人对它的适应和掌握的程度，可以看出他的文明与教养的程度。因此，礼仪是人类文明进步的重要标志。

何谓礼仪呢？我们先来看一下《辞海》对“礼”的解释：（1）本谓敬神，引申为表示敬意的通称；（2）为表敬意或表隆重而举行的仪式；（3）泛指奴隶社会或封建社会贵族等级制的社会规范和道德规范。





在欧洲，“礼仪”一词最早见于法语的“*etiquette*”，原意是“法庭上的通行证”。它上面记载着进入法庭应该遵守的事项，不过它不是当庭宣读，而是将其写在或印在一张长方形的“*etiquette*”即通行证上，发给进入法庭的每一个人，作为其进入法庭后必须遵守的规矩或行为准则。当“*etiquette*”一词被译为英文后，它的含义便成为“人际交往的通行证”。后来，经过不断的演变和发展，“礼仪”一词的含义逐渐变得明确起来，今天我们将礼仪理解为是在社会交往中形成并得到共同认可的、以一定的程序方式表现出来的一系列律己敬人的行为规范。

在理解礼仪的概念时应注意以下几点。

首先，礼仪是一种行为准则或规范。礼仪表现为一定的讲法，所谓“入乡随俗，入境问禁”。进入某一地域，对那儿的习俗和行为规范有所了解，并按照这样的习俗和规范去约束行为，这才是有礼的。

其次，礼仪准则或规范是一定社会的人们约定俗成、共同认可的。在社会实践中，礼仪往往首先表现为一些不成文的规矩、习惯，在一定范围内得到认可，然后才逐渐上升为大家共同认可的，可以用语言、文字、动作来准确描述的行为准则，并成为人们有礼可循、可以自觉学习和遵守的行为规范。

最后，讲究礼仪的目的，是为了实现人与人之间关系的和谐。在现代社会，礼仪可以有效地展现施礼者和受礼者的教养、风度与魅力，它体现着一个人对他人的认知水平、尊重程度，是一个人的学识、修养和价值的外在表现。一个人只有在尊重他人的前提下，自己才会被他人尊重，人与人之间的关系才能和谐，也只有在这种互相尊重的过程中，才会逐步建立起来人与人之间的信任。礼仪的主要表现形式为风俗习惯和传统，所以礼仪是一个国家、民族道德水准、精神风貌和风俗习惯的集中体现。

从根本上讲，礼仪是由“礼”和“仪”两部分组成的，“礼”是指律己敬人的规范的内容，而“仪”则是指对该内容的表达方式。

二、 礼仪的内容

随着时代的变迁和社会的进步，人们的文明程度在不断提高，尤其是随着全球经济一体化进程的推进，国际交往日益增多，礼仪的内容也在不断地丰富发展，在对传统礼仪扬弃的基础上经过不断地推陈出新，形成了更趋完善、更趋合理的现代礼仪内容体系，具体可以细分为以下六个组成部分。

（一）礼节

礼节是人们在社会交往中约定俗成的表示致意、问候、祝愿、迎来送往等方面的惯用形式。常用的礼节有介绍礼节、握手礼节、通联礼节、宴请礼节、迎宾礼节等。礼节是社会外在文明的组成部分，是人教养的外化，具有严格的礼仪性质。同时，它反映了一定的道德原则的内容，反映了对他人的重视和尊敬。礼节有着很强的民族性和地域性，我国是一个多民族的国家，对同一礼节的表达方式在各民族之间是有很大差异的。

（二）礼貌

礼貌是指人们在社会交往过程中良好的言谈和行为，是语言和动作谦虚、恭敬的表现。主要包括口头语言的礼貌，书面语言的礼貌，态度和行为举止的礼貌。礼貌是人与人之间在交往中相互表示敬重和友好的行为，所以礼貌是一个人道德修养最直接、最简单的





体现。它一方面体现了个体的文化层次和文明程度，另一方面也是社会风尚的体现。在现代社会，使用礼貌用语，待人态度和蔼可亲，举止适度，彬彬有礼，尊重他人已经成为日常的行为规范。

（三）仪表

仪表通常是指人的外表，包括仪容、仪态、风度、服饰等。仪表美是礼仪的基本要求之一，对个人形象的塑造以及组织形象的塑造意义重大。仪表美虽然属于美德外在因素，但却反映人的精神状态。仪表美应该是一个人内在美与外在美的和谐统一，美好纯正的仪表往往源自丰富的内在修养，是个人精神境界的外现。端庄的仪表既是对他人的一种尊重，也是自尊、自爱的一种表现。

（四）仪式

仪式是指活动的过程或程序，是礼仪的具体表现形式，而且是一种隆重而正规的表现形式。人们在举行重大的活动或者有重要的事情发生之前，为了显示隆重或者为了昭示他人，一般都要举行仪式。常见的仪式主要有纪念仪式、结婚仪式、成人仪式、开幕仪式、闭幕仪式、奠基仪式、剪彩仪式、签字仪式、交接仪式、宣誓就职仪式、升旗仪式、告别仪式等。仪式具有程序化的特点，这些程序大多为约定俗成的，每一个环节均有特定的内涵，所以不能省略。也有些仪式程序过于复杂，内涵不明确，在传承中逐渐趋于简化。仪式在我国传统文化中备受重视，除了以示隆重之外还有另一个原因，那就是象征意义，即仪式在一定程度上可以代替事件本身，如古代盛行的“结拜”仪式，在性质上等同于血缘。

（五）礼俗

礼俗即民俗礼仪，是指在一定环境中经常重复出现的行为方式。礼俗是礼仪的一种特殊形式，也是礼仪体系的主体部分。礼俗是由于历史的原因而形成，普及于各个阶层之间，涵盖了人们日常生活的方方面面，如婚丧嫁娶、衣食禁忌等。俗话说“十里不同风，百里不同俗”，不同的国家、民族、地域甚至是一个小小的村落在漫长的历史长河中都形成了各具特色的民俗礼仪。

（六）礼制

中华礼仪由两部分组成：一为礼制，二为礼俗。礼制是我国礼仪体系的特有组成成分。概括来讲，礼制即国家规定的礼仪制度，目的是为了维护阶级统治。礼制通过特定的程序将礼俗程式化、系统化，使其庄严神圣且规范统一。在阶级社会中，礼制简称礼，是上层建筑的重要组成部分。礼规定了社会统治阶级和被统治阶级的区分，规定了社会各个等级的尊卑贵贱，因而具有鲜明的阶级性。如《礼记·曲礼上》曰：“礼不下庶人，刑不上大夫。”庶人贫苦，整日从事农业劳动，不能依照当时的礼制举行或参加各种典礼，所以礼制的内容就不能把他们包括在内；大夫是统治者，是贵族，如果有罪，有特殊的规定对待他们，刑法不能将他们包括在内。另外，礼还有一个重要作用，就是维护封建的等级制度。《礼记·坊记》篇曰：“制国不过千乘，都城不过百雉，家富不过百乘。”意思是分封的诸侯国不可以有超过千乘的军力，城墙不可以有超过高一丈、长三百丈的规模；卿大夫之家不可以有超过百乘的财力。类似这样的许多规定，都是用来维护封建等级制的。礼制还有强制性的特点，古代的“礼”在很多方面起到了今天“法”的作用。



三、礼仪的起源

中华民族是人类文明的发祥地之一，礼仪作为中华民族文化的基础，有着悠久的历史。礼仪究竟于何时因何故而起，自古以来，人们做过种种探讨，归纳起来，大体有五种礼仪起源学说：一是天神生礼仪；二是礼为天、地、人统一的体现；三是礼起源于人的自然本性；四是礼为人性和环境矛盾的产物；五是礼生于理，起于俗。

（一）天神生礼说

礼仪的起源可以追溯到原始社会，那时由于生产力水平极为低下，人们对一些自然现象无从认识，更无从把握，只好推测在人类之外存在一种超自然的力量来干预着人类的生活，这种超自然的力量源于天地鬼神。于是人们对其产生敬畏，进而开始了相关的祭祀活动，这些祭祀活动的动作、程序就是礼仪的渊源。《左传》有言：“礼以顺天，天之道也。”说明了顺乎天意的礼便是合乎“天道”。

（二）天、地、人统一说

该观点认为天地和人具有统一性和制约关系，天地的观念包含了许多自然界的规律，而礼仪便是对这种制约关系和统一性的体现。子产曰：“夫礼，天之经也，地之义也，民之行也，天地之经，而民实则之。”就礼仪的内容而言的确有一部分反映了三者之间的制约关系和统一性，如顺天地之规律，行四时之政等。当然也有很大一部分与此无关，如等级贵贱之分决非源于天地之别。

（三）礼源于人性说

这是儒家学说的基本观点，它把人性和礼结合起来。孟子认为在人性中存在善端，故而人皆有恻隐之心、羞恶之心、辞让之心、是非之心。恻隐之心为仁之端，辞让之心乃礼之端。孟子从人的本性上找到了礼的心理依据。孔子则以“仁”释礼，把礼当做处理人际关系的行为准则；同时他又把“仁”当做礼的心理依据，克己爱人则为仁，以仁爱之心处理人与人的关系则为礼。

（四）礼源于人性和环境矛盾的产物

该观点同样与人性有关。荀子认为人天生好逸恶劳，欲壑难填，但是社会资源是有限的，为了解决这一矛盾，于是圣人出现制定礼仪，目的就是用来抑制人的恶性，培育人的善性。在此，礼被看成了抑恶扬善的工具。

（五）礼生于理、起于俗

《管子·心术上》曰：“礼者，谓之有理。”理，是指事物发展的必然性和规律性。该观点认为人们如果想正常地生存和发展，就必须有一套规范来约束，这些合理的行为规范就是礼。荀子又曰：“礼以顺民心为本，顺人心者，礼也。”此话把事物的理落到实处，使之与风俗习惯相联系，于是就有了礼起源于俗的说法。从理和俗两方面来说明礼的起源，不仅使礼获得了哲学上的依据，也使礼获得了民间的基础，这样就可以解释礼可因理而变，因俗而异。这一观点是对礼的起源的更深入的探讨与概括。

综合以上五种论点，结合现代人类学研究的成果，可以认为礼仪是与部落群居的形成过程同步产生的，部落群居的生活要求人们必须进行交往，原始人开始用手势、表情来反映意向，用击掌、拍手、拥抱等来表达感情，用手舞足蹈庆贺丰收等，这些都是人





际交往礼仪的雏形。敬天祭神（表现形式主要是图腾）活动的开展使礼具备了最基本的内容。

第二节 我国礼仪的历史沿革

中国有“礼仪之邦”之称，礼是传统文化的内核，所以中国的历史可以说是一部有关礼的历史。礼文化源远流长，所以，揭示礼仪的起源理清其历史演变的脉络，有利于我们更深刻地把握礼仪的本质，全方位地了解礼仪文化，并通过对传统礼仪文化的扬弃，更好地指导我们今天的礼仪实践。需要指出的是中华礼仪由两部分组成，即礼制和礼俗，两者既相互吸收，又独立发展。在我国，历代统治阶级几乎都推崇“礼治”。礼仪在中国既是人们生活、交往的行为规范，又是阶级产生后统治者治国平天下的手段。从历史发展的脉络看，中国礼仪演变的过程大致可分为以下六个阶段。

一、古代礼仪的雏形时期

追溯中国礼仪的历史是漫长而久远的。自原始社会起，人类社会便已有了“礼仪”存在。据考古学、民俗学等方面的材料证明，我国原始社会的社会生活中已经形成了颇具影响的礼仪规范。原始的宗教礼仪、婚姻礼仪等已具雏形。其中，敬天祭神礼仪是其主体。汉语中的“礼”，本身就含有敬神的意思。《说文解字》中认为礼最初源于原始宗教信仰，是原始人用来事神致福的。据考证，距今约一万八千年前的北京周口店发现的山顶洞人就已经有了礼的概念和实践。山顶洞人缝制衣服以遮盖御寒，把贝壳串起来，挂在脖子上以满足审美需求；族人死了，要举行悼念仪式，并在死人身上撒赤铁矿粉。这种悼念仪式便包括了参与者在活动过程中的交际礼仪。我国东北的鄂伦春人在中华人民共和国成立前仍沿袭着原始社会的一些礼仪规范，如相信万物有灵，崇拜熊，猎来熊后大家要大哭一场，吃完熊肉后也要大哭一场，并对熊骨进行天葬。

到了新石器时代晚期，人际交往礼仪已初步形成。半坡遗址和姜寨遗址提供的民俗资料表明，当时的人们在交往中已经注重尊卑有序、男女有别了。在家庭中，家庭成员按照长幼男女席地而坐：年长者坐上边，年幼者坐下边；男子靠左而坐，女子靠右而坐。他们用两根中柱把主室分为两边，右边是女柱，左边是男柱。男女成年时在各自的柱子前举行成年仪式。这种礼仪在今天的纳西族中仍被沿用着。

炎黄五帝时期，礼仪已渐至严密，且逐渐被纳入礼制的范畴。这一时期是我国原始社会后期，是私有制、阶级和国家逐渐形成的时期，因而反映在礼仪上，也是由氏族社会的交际礼仪向阶级社会的交际礼制逐步过渡的时期。历史上有过“礼理起于大一，礼事起于遂皇，礼名起于黄帝”之说。《商君书·画策》载：“神农之世，男耕而食，妇织而衣，刑政不用而治，甲兵不用而王。神农既没，以强胜弱，以众暴寡，故黄帝为君臣上下之仪，父子兄弟之礼，夫妇匹配之合，内行刀锯，外用甲兵，故时变也。”足见当时社交礼仪之盛。尧舜时代，国家已具雏形。同时，民间交往礼仪得到进一步发展，延续几千年的拜、揖、拱手等礼仪，此时已广泛运用于社交活动之中了。



二、古代礼仪的成熟时期

大约在公元前 21 世纪到公元前 771 年的夏、商、周三代，我国传统礼仪进入了飞速发展以至成熟的时期。从夏朝建立起，随着生产力的发展，社会文化也得到了较大的发展。在这一阶段，奴隶主阶级为了维护本阶级的利益，巩固自己的统治地位，修订了比较完整的国家礼仪制度，内容涵盖政治、宗教、婚姻、家庭等各个方面，提出了极为重要的礼仪概念，奠定了华夏礼仪传统的基础。夏、商、周三代的礼仪在典籍中记载很多，且有大量出土文物可以佐证。这时，礼仪的思想基础仍然是对天帝、鬼神、天命的迷信。“礼，履也，所以事神致福也。”（许慎《说文解字》）以殷墟为中心展开活动的殷人，在前 14 世纪—前 11 世纪活跃在华夏大地，他们建造了殷都（地处现在的河南安阳），他们尊神、信鬼的狂热掩盖了在其他方面的建树。但由于已经进入阶级社会，所以更加突出了君臣、父子、兄弟、亲疏、尊卑、贵贱等等级关系，而且形成典制传统。

殷灭后取而代之的是周，这是中华礼仪发展的重要时期。其中周公（周武王之弟）对周代礼制的建设起了重要作用，他制作礼乐，将人们的行为举止、心理情操等统统纳入一个尊卑有序的模式之中。中国历史上第一部记载“礼”的书籍——《周礼》出现于西周时期，成为记载周朝典章制度的专门书籍。据《周礼》记载，当时的礼仪体系已基本建立，可以概括为五个重要方面，即“吉礼”、“凶礼”、“宾礼”、“军礼”、“嘉礼”，简称为“五礼”。吉礼，主要指祭祀之典礼；凶礼，即丧葬之礼仪；宾礼，指诸侯对天子的朝觐之礼节，包括诸侯之间的会盟等礼节；军礼，主要包括阅兵、出师、凯旋等仪式礼仪；嘉礼，主要指冠礼、婚礼、乡饮酒礼仪等。实际上周礼极其繁缛，正如《礼记·礼器》所载：“经礼三百，曲礼三千。”即礼的大项有 300 条，小项有 3 000 条。这些礼是统治阶级内部的一种行为规范，具体规定了各贵族在政治、经济、军事、外交以及日常生活方面的行为准则。在西周，青铜礼器是个人身份的象征，礼器的多寡代表身份地位的高低，形制的大小显示权力的等级。相见之礼和婚礼成为固定的程序流行于民间。此外尊老爱幼等礼仪也明显得以确立。

尽管人们对传世的《周礼》和《仪礼》是否为周公所作存在争议，但大家都公认《周礼》和《仪礼》及其后来的释文《礼记》为中国最早的礼制百科全书。《周礼》偏重政治制度，《仪礼》偏重行为规范，《礼记》偏重对礼的各个分支做出符合统治者需要的理论说明。这些礼仪著作标志着中国古代礼仪进入成熟时期，中国后世的礼仪深受它们的影响。

三、古代礼仪的变革时期

这一阶段约在公元前 771 年到公元前 221 年的春秋战国时期，也是我国奴隶制向封建制转变的过渡时期。该阶段社会经历了深刻的变革，奴隶制逐渐走向崩溃、封建制代之而起。与此相适应，夏、商、周三代之礼也经历着历史的变革。孔子、孟子、荀子等思想巨人在理论上阐述了礼的起源、本质、功能等问题，第一次全面而深刻地阐述了社会等级秩序的划分及其意义，以及与之相适应的礼仪规范和道德义务，发展和革新了三代的礼仪理论。

孔子（前 551—前 479）是儒家学派的创始人，是我国伟大的思想家、教育家。他删《诗》、《书》，定《礼》、《乐》，修《春秋》，为历史文化的整理和保存作出了重要贡献。



他编订的《仪礼》，详细记录了战国以前贵族生活的各种礼节仪式。《仪礼》、《周礼》连同后来孔门弟子编著的《礼记》合称“三礼”。纵观孔子的言论思想可以看出，孔子力主复兴周礼。孔子站在奴隶主阶级的立场，将奴隶制开始崩溃、封建制开始兴起的春秋时代，看做是“礼崩乐坏”、“邪说暴行”不断发生的大乱局面。他认为要制止这种局面，就必须恢复周礼的权威。但孔子要求复兴周礼，并不是主张完全因袭周礼，而是对周礼做出一定的补充和发展。

他的主要礼仪思想包括以下内容。

第一，认为礼是判断社会成员言行标准的基本准则。他曾说：“君子敬而无失，与人恭而有礼，四海之内，皆兄弟也”；“礼之用，和为贵”。

第二，认为礼是治国安邦的基本法度。“治国不以礼，犹无耜而耕”，故孔子提倡“为国以礼”。

第三，礼是个人践行的自觉要求。孔子很注重践行，对人也“听其言，观其行”。《论语·乡党》和《礼记·典礼》中都记有孔子平时谨慎守礼、遵守社会公德和社会秩序的表现，他要求人们做到“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”；“不学礼，无以立”。

第四，他把“仁”作为礼的内容。他认为“克己复礼为仁”，要制止奴隶制的崩溃，恢复统治秩序，就要正名。所谓正名，就是“君君、臣臣、父父、子子”（《论语·颜渊》），即处在君这个地位的人，应该具备君应有的品行，得到君名称地位的人所应有的对待；处在臣这个地位的人，应该具备臣所应有的品行，得到臣这个名称地位的人所应有的对待等。

孟子（前372—前289）是战国时期儒家学说的重要代表人物，继承和发展了孔子的“礼治”理论，提出了适合地主阶级理想的“王道”、“仁政”学说。其中心内容是主张“以德服人”，即“德治”。孟子还提出了“民贵君轻”的难能可贵主张。在道德修养方面，主张“舍生取义”，讲究修身和培养“浩然之气”等。孟子认为礼是人性的反映，人性中“辞让之心”便是礼德源头。因此，人要达到礼的标准，根本问题是主观反省，尽可能减少自己的各种欲望。

荀子（前313—前238）是战国末期的思想家，主张“国无礼则不宁”，礼是“国之命”，“人无礼而不生”。他十分注重建立新的封建等级制度，提出了“隆礼”、“重法”的主张。他把“礼”看成是检验尺寸的法度，检验重量的权衡，检验曲直的绳墨，检验方圆的规矩。他认为“礼”的中心内容是“分”和“别”，即区别贵贱长幼、贫富等级。他说：“礼者，贵贱有等，长幼有差，贫富轻重，皆有称（恰当）者也。”（《荀子·富国》）“礼”就是要使社会上每个人在贵贱、长幼、贫富等级中都有恰当的位置。这种等级制度，不是奴隶制下完全按照宗族血缘关系的世袭等级制，而是根据新的封建生产关系，按照地主阶级的标准建立起来的等级制。荀子还认为，“礼”是法的根本原则和基础，也是做人的根本目的和最高理想。

回顾这一时期的关于“礼”的思想，可以看出，孔子、孟子、荀子对“礼”的含义的理解非常宽泛。在这个时期，“礼”涵盖了全部道德的内容，并成了统治阶级的“工具”。孔、孟等思想家的礼仪主张，构筑了中国传统礼仪的基本框架，对古代中国礼仪的发展产生了重要而深远的影响，奠定了古代礼仪文化的基础。



四、封建礼仪的强化时期

这一阶段大约从公元前 221 年的秦、汉时期到公元 1796 年。随着封建制度的确立，封建礼仪也随之形成，封建社会的鼎盛时期，封建礼仪得到强化。

公元前 221 年秦始皇统一中国，建立了中国历史上第一个中央集权制的封建王朝，于是开始在全国推行“书同文”、“车同轨”、“行同伦”。秦朝制定的集权制度，成为后来延续两千多年的封建体制的基础。秦王暴政，二世即灭。西汉初期，叔孙通协助刘邦制定了朝礼之仪，突出发展了礼的仪式和礼节。西汉的思想家董仲舒（前 179—前 104）在总结秦王朝覆灭的教训时认为，重法轻德是导致秦亡的重要原因。他要求统治者采取德治和法治两种手段，并着重以封建的仁义道德去教化人民，“罢黜百家，独尊儒术”，把以孔子为代表的儒家思想定为封建社会统治的主流思想。董仲舒把儒家礼仪概括为“三纲”、“五常”。“三纲”即君为臣纲、父为子纲、夫为妻纲，“五常”即仁、义、礼、智、信。他把天地阴阳的自然法则套搬到社会生活中，认为“三纲”和“五常”都是“天”的意志的表现，“道之大源出于天，天不变，道亦不变”。汉武帝采纳了“罢黜百家，独尊儒术”的建议，使得儒家礼教成为我国礼仪的主流定制。

盛唐时期，于汉代问世的《礼记》上升为“经”，成为“礼经”三书之一。

宋代时礼仪又有了长足的发展，封建礼教也发展到了又一高峰时期。宋代礼的发展有两个特点：一是程朱理学的出现，二是礼仪向家庭迅速扩延。程朱理学的代表人物朱熹的主要思想是“天理”论。其理论认为，自然界天地万物无不体现天理，人性本质是天理的体现，“三纲五常”也是天理的体现，统治者制定的政礼是治理国家的根本手段，也是天理的体现。家庭礼仪研究硕果累累是宋代礼仪发展的另一个特点，在大量家庭礼仪著作中，司马光的《涑水家仪》和朱熹的《朱子家礼》最为著名。

明代时，交友礼仪更加完善，忠、孝、节、义等礼仪日趋繁多。

五、封建礼仪的衰落时期

这一时期为 1796—1911 年，清朝少数民族入主中原，给古老的中华传统礼仪带来冲击。但从整体上看，少数民族礼仪思想从未占据主导地位，而是被融于中华传统的礼仪之中。满族入关后，逐渐接受了汉族的礼制，并且使其复杂化，导致一些礼仪更加繁琐和虚浮，如下级官员与上级官员相见时的礼节，不同品级官员所穿的礼服，图案要求极为严格。清朝末期，封建礼仪日渐衰落，西方文化大量涌入中国，传统礼仪文化和规范逐渐被时代所抛弃。科学、民主、自由、平等的观念和与之相适应的礼仪标准得到传播和推广。

六、现代礼仪发展轨迹

中国的现代礼仪是在反帝、反封建的基础上兴起的。1911 年民国初期至现在，这是中国现代礼仪的形成和发展时期。这一时期大致经历了两个阶段：一是半封建半殖民地时期。1840 年鸦片战争后，中国沦为半封建半殖民地社会。延续几千年的封建礼仪，加上西方传入的资本主义道德观和行为方式，构成了独具特色的“大杂烩”式的礼仪，诸如见了皇帝呼“万岁”，见了洋人问“你好”；有人长袍马褂，有人西装革履。特别是新文化运动的兴起，直接为现代礼仪的发展创造了条件。二是 1949 年中华人民共和国成立，